

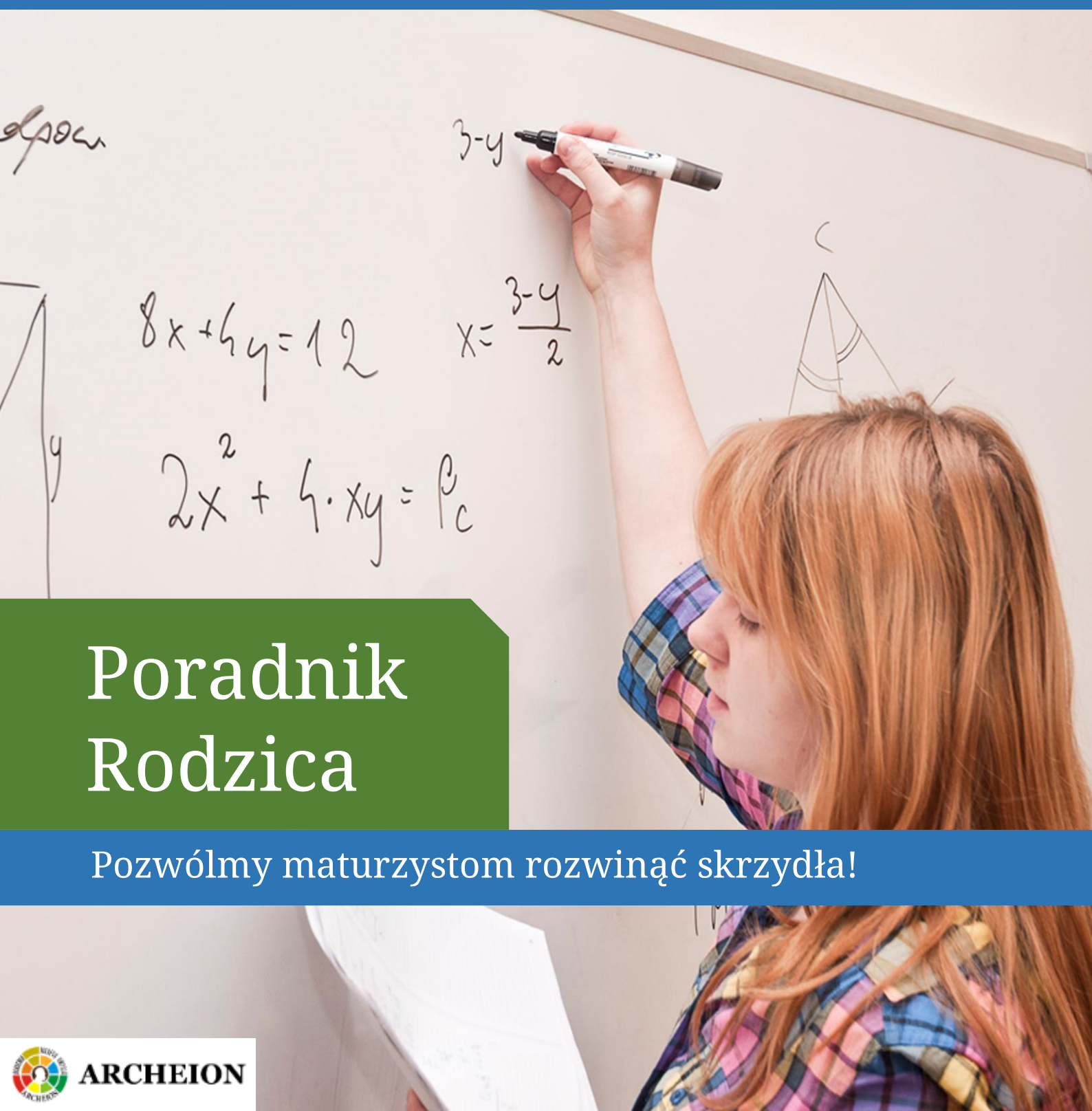
Jak wspierać
maturzystę na drodze
do egzaminu?

Twój udział w sukcesie
Twojego dziecka

Ranking
uczelni

Zawody
z przyszłością

MATURA 2017



Poradnik Rodzica

Pozwólmy maturzystom rozwinąć skrzydła!



ARCHEION

Drodzy rodzice!

Zdajemy sobie sprawę, jak ważnym i przejmującym wydarzeniem w życiu Państwa rodziny będzie egzamin, któremu Państwa dzieci stawią czoła w maju 2017 roku. Dawka stresu, niepewności i wszystkich innych emocji związanych z zamknięciem jednego, a otwarciem drugiego rozdziału w życiu, potrafi być zarówno motywująca, jak i deprymująca.

O tym, co jest ważne dla sprawnego i skutecznego radzenia sobie na tym polu, dowiedzie się Państwo z niniejszego poradnika. Aby był on jak najbardziej rzetelny i przydatny, postanowiliśmy zaprosić do współpracy specjalistkę, pracującą na co dzień z młodymi ludźmi oraz ich rodzicami i opiekunami.

Oprócz porad natury psychologicznej, na samym końcu umieściliśmy praktyczny dodatek przedstawiający najnowszy ranking uczelni akademickich w Polsce, z uwzględnieniem wszystkich uczelni krakowskich. Poza tym znajdą tam Państwo również zestawienie kilkunastu zawodów, w których w niedalekiej przyszłości łatwiej będzie zarówno o zatrudnienie, jak i o odpowiednie warunki pracy.

Wierzymy, że Państwa życiowe doświadczenie pomoże w tym wyjątkowym czasie młodym maturzystom, a pod koniec czerwca – zgodnie z jedną z naszych porad – będziecie Państwo celebrować zdany egzamin dojrzałości oraz nowy rozdział w życiu Państwa dzieci.

Wspierający Was na tej drodze,

Zespół Archeionu



O NAS

ARCHEION to firma założona w 2006 roku przez dwóch doktorantów Uniwersytetu Jagiellońskiego. Od 2009 roku, po przejęciu organizacji kursów maturalnych od Fundacji UJ, rozwija je i prowadzi z dużym sukcesem pod swoim szyldem.

Znajdą nas Państwo pod adresem

ul. Św. Filipa 23/3

31-150 Kraków

 12 431 1894  696063853

 biuro@kursymaturalne.krakow.pl

JAK WSPIERAĆ MATURZYSTĘ?

BĄDŹ DOSTĘPNY. SŁUCHAJ. NIE OSĄDZAJ. NIE STRASZ.



Milena Ryznar-Żak

W swojej pracy jako psycholog i psychoterapeutka opiera się na podejściu psychodynamicznym oraz systemowym, dzięki czemu doskonale rozumie trudności pojawiające się w życiu rodziny i relacje między rodzicami a dziećmi. Współpracuje między innymi z Poradnią Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży oraz prowadzi prywatny gabinet. Swoim doświadczeniem dzieli się również, organizując warsztaty dla rodziców i nauczycieli.

krakowskapsycholog.pl

facebook.com/krakowskapsycholog

WSPIERAJ Z UMIAREM

*Gdybyś mnie potrzebował,
pamiętaj, że tu jestem*

Każdy maturzysta jest inny i innego wsparcia potrzebuje. Jeśli nie wiesz, w jaki sposób pomóc swojemu dziecku, zapytaj je: „Jak mogę ci pomóc w przygotowaniach?”. Nawet jeśli nie dostaniesz konkretnej odpowiedzi, nastolatek będzie wiedział, że chcesz pomóc i chcesz słuchać. A to już jest dobry punkt wyjścia.

Co jeszcze możesz zrobić?

Porozmawiaj o tym, jakie przedmioty są dla niego trudne – być może potrzebne są kursy lub korepetycje. Pomóż mu zaplanować naukę na cały rok – dowiedz się, jak podzielił materiał na partie i jak rozłożył to w czasie.



WAŻNY, ALE NATURALNY ELEMENT ŻYCIA

MYŚL REALISTYCZNIE O MATURZE



DAJ ZNAĆ, ŻE JESTEŚ DOSTĘPNY

Istotne jest, aby przyszły maturzysta wiedział, że może do Ciebie przyjść w razie problemu. Aby nie bał się tego zrobić, musi wiedzieć, że go wysłuchasz, nie odrzucisz, nie obwinisz, ani nie przestraszysz się jego problemu. Czasem wystarczy, że po prostu jesteś i słuchasz. To już bardzo dużo i chociaż brzmi prosto, dla wielu rodziców wcale nie jest to łatwe. Kiedy już dowiesz się, co sprawia Twojemu dziecku trudność i jak próbowało ją rozwiązać, możesz podzielić się swoimi pomysłami.

POMAGAJ, A NIE PRZESZKADZAJ

Nawet gdybyś dawał z siebie wszystko, nie nauczysz się za nie. Zdarza się, że rodzice chcieliby jak najlepiej pomóc i nadmiernie angażują się, aby zapewnić dziecku sukces. U progu dorosłości sukcesem jest nie tylko wynik egzaminu, ale i branie odpowiedzialności za swoje sprawy.



NIE TRAGIZUJ, ALE TEŻ NIE PRZESŁADZAJ

Zastanów się, czy oczekiwane przez Ciebie wyniki egzaminów są adekwatne do możliwości Twojego dziecka. Jeśli jest to uczeń, który nie od dziś ma trudności ze zdawaniem przedmiotem, nie bagatelizuj jego obaw. Zamiast: „Będzie dobrze, na pewno sobie poradzisz”, spróbuj: „Wiem, że to trudne dla ciebie. Zastanówmy się, co zrobić, byś mógł się przygotować jak najlepiej”. Zauważaj i chwal codzienne wysiłki przyszłego maturzysty, jego zaangażowanie, drobne postępy.



DOCENIAJ WYSIŁEK I NIE PORÓWNUJ

Jeśli jesteś rodzicem bardzo dobrego ucznia, pamiętaj, że nawet najlepsi mają swoje gorsze dni. Nie nastawiaj się na pełen sukces. Wtedy dobry wynik przyniesie jeszcze więcej radości, a gorszy nie będzie szokiem dla całej rodziny i tragedią dla zdającego.

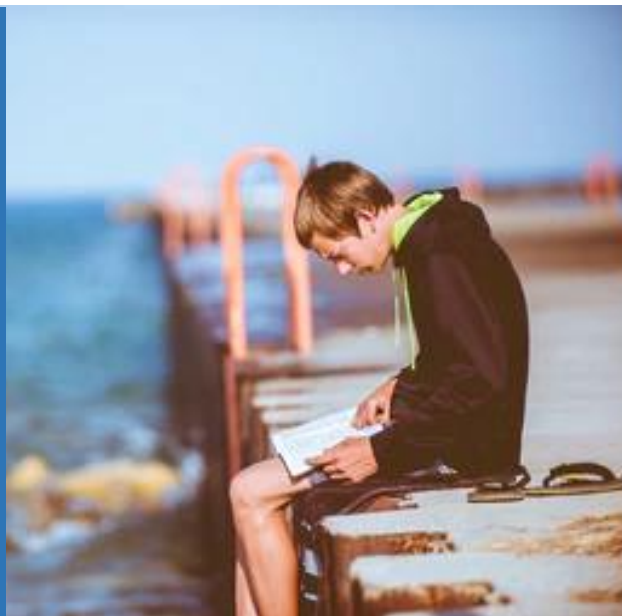
Mówienie o starszym bracie, któremu trzeba dorównać, bądź przestrzeganie przed błędami, które popełnili rodzice, nie pomoże maturzyście i może przynieść odwrotny skutek

TWÓJ UDZIAŁ W SUKCESIE MATURZYSTY

ODDZIELAJ SWOJE LĘKI OD LĘKÓW DZIECKA

Jeśli męczą Cię niepokoje związane z maturą dziecka, serce wali jak szalone, a w nocy ciężko spać, oznacza to, że Twój lęk jest znacznie nasilony. Zadbaj, by jak najmniej wpływało to na przyszłego maturzystę. Zastanów się, czego tak naprawdę się boisz? Czy wszystkie te lęki związane są wyłącznie z maturą?

W rozmowie z maturzystą pamiętaj, że to on zdaje maturę, nie Ty. Zapytaj, czego dokładnie się boi? Czy mógłbyś mu w tym pomóc? Strach przed egzaminem jest naturalny. Ale maturze mogą towarzyszyć także przyjemne uczucia: ekscytacja, radość, duma. Po latach to, co teraz spędza sen z powiek, może być źródłem zabawnych historyjek, które będziemy opowiadać w gronie znajomych.



OBSERWUJ

Zdarza się, że przyszli maturzyści są bardzo zestresowani, gorzej śpią, mają bóle brzucha lub głowy, unikają kontaktu, zamykają się w sobie. Czasem gubią równowagę między ślęceniem nad książkami a relaksem. Czasem, przerażeni ogromem nauki, uciekają od niej w świat wirtualny. Wtedy cenne jest, gdy rodzic zauważy zmianę w zachowaniu, zaoferuje swoją pomoc. W razie utrzymywania się trudności warto zgłosić się po poradę do psychologa.

Pamiętaj! Wynik matury mówi o określonym zakresie wiedzy zdającego. Nie mówi o tym, jakim jest człowiekiem, ani o tym, jak dobrych miał rodziców



ODDZIELAJ SWOJE ASPIRACJE OD POTRZEB DZIECKA

Rodzice nierzadko fantazjują o wspaniałej przyszłości swoich dzieci. Pamiętaj jednak, czyje to marzenia. Twoje nastoletnie dziecko może mieć zupełnie inne. Wspieraj je w realizacji jego marzeń, a nie Twoich. Nawet jeśli noga mu się powinie, niech stanie się to na jego własnej drodze. Ty możesz mu podać wtedy rękę, by mogło ruszyć dalej.

CELEBRUJCIE ZDANY EGZAMIN!

Zdany dobrze, świetnie, gorzej niż oczekiwano, z poprawką... Nieważne. Celebrujcie nowe doświadczenie. Egzamin jest zdany, nowy etap w życiu Twojego dziecka właśnie się zaczął: jest co świętować!



DODATEK

Ranking uczelni według Perspektyw oraz zestawienie najbardziej przyszłościowych zawodów.



Ranking Uczelni Akademickich 2016
według Perspektyw
(perspektywy.pl/RSW2016/ranking-uczelni-akademickich)

1. Uniwersytet Warszawski
2. Uniwersytet Jagielloński
3. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
4. Politechnika Warszawska
5. Politechnika Wrocławska
6. AGH im. Stanisława Staszica w Krakowie
7. Uniwersytet Wrocławski
8. Warszawski Uniwersytet Medyczny
9. Gdański Uniwersytet Medyczny
10. Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Krakowskie uczelnie na dalszych miejscach:

38. Uniwersytet Rolniczy im. Hugona Kołłątaja w Krakowie
41. Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki
46. Uniwersytet Ekonomiczny w Krakowie
- 50+ Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie
- 60+ AWF im. Bronisława Czecha w Krakowie;
Krakowska Akademia im. A. Frycza Modrzewskiego;
Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie;
Akademia Ignatianum w Krakowie

Lista zawodów przyszłości, w których w latach 2020-2022 będzie najłatwiej o zatrudnienie

(forbes.pl, biznes.onet.pl, money.pl, forsal.pl)

Analityk Big Data

Analityk giełdowy, specjalista ds. finansowych

Architekt, geodeta

Elektryk

Fizyk, chemik, matematyk, statystyk

Grafik komputerowy

Inżynier budownictwa

Inżynier elektrotechnologii

Inżynier środowiska

Kierowca ciężarówki

Księgowy

Logistyk

Nauczyciel kształcenia zawodowego

Psycholog, mediator

Służba zdrowia: lekarze, pielęgniarki, szczególnie opiekunowie osób starszych

Specjalista IT: analityk systemowy, programista, tester oprogramowania, specjalista ds. baz danych i sieci komputerowych

Specjalista ds. marketingu i sprzedaży, PR, reklamy

Specjalista nauk biologicznych: biolog, zootechnik

Weterynarz